

# Càpsula de coneixement

## BALANÇ PROFESSIONAL II: MERCAT DE TREBALL

### Definició de balanç professional

El balanç professional és la part del procés d'orientació professional en la que es contrasten les característiques de la persona amb els requeriments i la situació del mercat de treball, amb l'objectiu de definir un **projecte professional** amb possibilitats d'èxit.

Així doncs, un balanç professional contempla dues dimensions: **l'autoconeixement** (el coneixement del propi perfil professional)<sup>1</sup>, i la valoració del grau d'ajust del perfil professional a les tendències i demandes del **mercat de treball**. En base a la primera dimensió, el balanç professional comença amb un anàlisi dels coneixements i les competències d'una persona, així com de les seves motivacions i interessos professionals.

El perfil professional i el mercat de treball són dimensions variables. En la mateixa mesura en que els interessos d'una persona poden canviar i les competències poden desenvolupar-se, el mercat de treball també varia constantment, segons es vegi afectat pels canvis de l'entorn socioeconòmic. **Per aquests motius és recomanable fer una revisió contínua del projecte professional, identificant els possibles desajustos que es produeixin entre el perfil professional i els requeriments del mercat de treball.**

### Mercat de treball i Ocupabilitat

El mercat de treball és l'espai on conflueixen les demandes de treball (persones que volen ser contractades) amb les ofertes (vacants que tenen les organitzacions amb necessitat de personal).



L'encaix del propi perfil professional amb els requeriments del mercat de treball determina l'**ocupabilitat**. Aquest terme s'entén com la probabilitat d'una persona de ser contractada en una ocupació determinada en aquell moment concret de la conjuntura econòmica.

Així doncs, el coneixement del mercat de treball ens permet analitzar millor la nostra situació en relació a les demandes del mercat, establir el nostre grau d'ocupabilitat i dissenyar estratègies per millorar les opcions de trobar feina.

En conclusió, l'anàlisi del mercat de treball és el segon pas per qualsevol balanç professional. Aquest estudi del mercat de treball l'ha de portar a terme qualsevol persona en procés d'orientació professional i de recerca de feina, tant qui ha acabat els seus estudis i busca feina per primer cop, com qui porta temps sense buscar feina, aturats/ades de llarga durada o treballadors/es en actiu en busca d'un canvi professional.

---

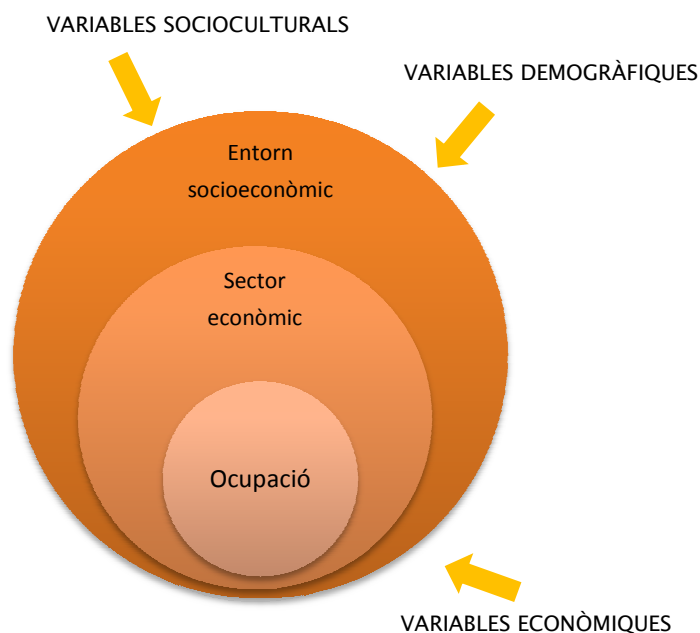
<sup>1</sup> Per ampliar informació llegir la càpsula de coneixement "Balanç professional I: Autoconeixement". Veure la ruta al final del document (webgrafia de Capital Humà)

## Anàlisi del mercat de treball

Per analitzar el mercat de treball hem tenir en compte aquests tres nivells:

1. Anàlisi de l'entorn socioeconòmic
2. Anàlisi del sector econòmic i àmbit professional en el que volem treballar
3. Anàlisi de l'ocupació concreta

Podem analitzar una ocupació tenint en compte la situació del sector econòmic al que pertany. Alhora la situació del sector econòmic ve condicionada per l'entorn socioeconòmic global.



## Factors d'incidència en l'anàlisi del mercat de treball

Per cada nivell del mercat de treball es poden identificar els factors que el configuren i que haurem d'explorar:

**1. Entorn socioeconòmic:** conjunt de variables socioculturals, econòmiques i demogràfiques que influeixen en la situació global del mercat de treball.

Necessitem conèixer l'impacte concret d'aquestes variables sobre el mercat de treball analitzant una sèrie de factors:

- Tendència global del mercat (creixement o decreixement econòmic, escenaris de futur, etc.).
- Incidència sobre l'ocupació en col·lectius específics. P.ex.: taxes d'ocupació per edat, sexe, etc.
- Incidència sobre l'ocupació per sectors (sectors emergents versus sectors que perden pes).
- Incidència sobre l'ocupació en àmbits d'activitat concrets.

### Eines per a l'anàlisi de l'entorn socioeconòmic:

- ✓ Premsa especialitzada: Expansión&Empleo, Cinco Días, etc.
- ✓ Informes publicats pel Ministeri de Treball i altres organismes públics: informes de conjuntura laboral, anàlisi del mercat de treball, etc.
- ✓ Estigues al dia amb les notícies i altres fonts d'informació que pots trobar a Internet (portals temàtics, webs d'administracions públiques i altres organismes, fòrums especialitzats, etc.).<sup>2</sup>

<sup>2</sup> Per ampliar informació consultar la bibliografia i webgrafia recomanada al final del document.

**2. Sector econòmic:** qualsevol de les parts de l'activitat econòmica global subdividida en funció del tipus d'activitat que realitzi el sector (ex: sector alimentari, sector de les ciències de la salut, etc).

Induïts pels canvis en l'entorn socioeconòmic els diferents **sectors econòmics** també es transformen constantment: alguns perden la seva hegemonia, d'altres canvien degut a nous processos i necessitats de nous coneixements i professionals, d'altres emergeixen amb força.

Convé diferenciar el concepte de sector econòmic del d' **àmbit professional**. Quan parlem d'àmbit professional fem una classificació que engloba diferents ocupacions que tenen en comú trets diferencials concrets com funcions i/o objectius comuns (ex: àmbit comptable – financer, àmbit de recursos humans...)

**Els àmbits professionals poden ser transversals als diferents camps.** Per exemple: els àmbits contable- financer o de recursos humans poden desenvolupar-se en organitzacions de sectors molt diversos.

Tenir present aquesta distinció ens permet planificar amb ordre el nostre procés de canvi professional. En algunes ocasions podem plantejar-nos un canvi d'àmbit professional dins del sector que ja coneixem. En altres, preferirem fer un canvi de sector, sense canviar d'àmbit professional o fins i tot d'ocupació. En altres paraules, la mobilitat professional pot donar-se entre diferents àmbits d'un mateix sector o bé entre diferents sectors que comparteixen el mateix àmbit professional.

Factors que hem d'explorar:

- Grups d'activitat que componen el sector econòmic (subsectors i àmbits d'activitat).
- Tendències del sector o àmbit (creixement o decreixement econòmic, escenaris de futur, etc.).
- Ocupacions del sector o àmbit i característiques (requeriments i condicions de treball, etc.).
- Incidència sobre l'ocupació per sector o àmbit (perfils professionals més demandats, etc.)

**Eines per a l'anàlisi del sector econòmic i/o àmbit professional:**

- ✓ Consulta informes sectorials (com els de la web de Capital Humà).
- ✓ Consulta la premsa econòmica especialitzada i la premsa específica del sector.
- ✓ Assisteix a conferències i esdeveniments convocats per organismes i institucions reconegudes del sector (com les Jornades Sectorials que organitza Barcelona Activa-Capital humano).
- ✓ Estigues al dia amb les notícies i altres fonts d'informació que pots trobar a Internet (portals temàtics, webs d'administracions públiques i altres organismes, col·legis i associacions professionals, fòrums especialitzats, etc.).
- ✓ Analitza directament les ofertes de feina que trobis publicades.
- ✓ Informa't a través dels teus contactes i persones que treballin en el sector o àmbit del teu interès. Les entrevistes permeten obtenir informació de primera mà sobre la situació i els canvis en un determinat sector econòmic<sup>3</sup>.

<sup>3</sup> Per ampliar informació consultar la bibliografia i webgrafia recomanada al final del document.

**3. Ocupació:** Recull informació sobre l'ocupació del teu interès per veure si el teu perfil encaixa amb el que es demanda i determinar la teva ocupabilitat:

- Descripció de l'ocupació i funcions
- Requisits formatius (formació reglada i complementària)
- Experiència i competències (tècniques i competències clau) necessàries
- Condicions de treball (jornada, retribució, característiques de la contractació més usual, etc.)
- Tendències (perspectives de futur, etc.)

**Eines per a l'anàlisi de l'ocupació:**

- ✓ Consulta descripcions de perfils professionals (com el catàleg d'ocupacions de la web de Capital Humà).
- ✓ Analitza directament les ofertes de feina que trobis publicades.
- ✓ Fes servir el networking per obtenir informació. Utilitza la teva xarxa de contactes i no tinguis por de generar nous contactes o demanar informació a través de les xarxes socials a Internet.<sup>4</sup>

**Eina per l'anàlisi: matriu DAFO**

La manera més senzilla i eficaç per posar en relació el mercat de treball amb la persona és l'anàlisi DAFO. En aquest anàlisi es contrasten les dades que hem extret de l'anàlisi del mercat de treball amb el nostre autoconeixement, per prendre decisions respecte al nostre futur professional.

L'anàlisi DAFO, o SWOT en anglès, és una metodologia exportada del món empresarial que ajuda a posar ordre a la informació i clarificar-la per a la elecció d'estratègies d'actuació. Consisteix en una taula o matriu on s'introdueixen les dades (els factors d'incidència en aquest cas) segons la seva tipologia:

- Fortaleses i Debilitats → anàlisi intern
- Amenaces i Oportunitats → anàlisi extern

Particularment aplicada a l'orientació, aquesta eina serveix per **posar en relació les fortaleses i debilitats del nostre perfil, amb les amenaces i oportunitats de l'entorn, tenint sempre com a referència el nostre objectiu professional.**

---

<sup>4</sup> Per ampliar informació consultar la bibliografia i webgrafia recomanada al final del document.

#### Exemple de identificació de les variables DAFO

- ✓ **Fortaleses:** competències tècniques (coneixements i experiència) i competències clau que coincideixen amb els requeriments del lloc de treball; interessos professionals i motivacions vers el treball que encaixen amb l'objectiu professional; coneixement del mercat de treball; bons recursos per la recerca de feina, etc.  
Ex: 25 anys d'experiència en el sector, competències de lideratge i organització d'equips, bona xarxa de contactes.
- ✓ **Debilitats:** mancances a nivell de competències tècniques (coneixements i experiència), i competències clau en segons el perfil professional de l'objectiu professional; interessos professionals i motivacions vers el treball incongruents amb l'objectiu professional; manca de coneixement del mercat de treball, deficiència i/o ús incorrecte de les estratègies de recerca de feina, etc.  
Ex: manca de formació específica, coneixements d'informàtica desfasats, poca pràctica en els processos de selecció.
- ✓ **Amenaces:** elements de l'entorn que poden tenir una influència negativa per al desenvolupament del projecte professional.  
Ex: crisi econòmica, el mercat prioritza candidats més joves, els sous estan per sota de les expectatives personals.
- ✓ **Oportunitats:** elements de l'entorn que poden tenir una influència positiva per al desenvolupament del projecte professional.  
Ex: és necessària molta experiència per un càrrec de responsabilitat, bonificació per la contractació de persones majors de 45 anys.

La finalitat d'aquest anàlisi és prendre una decisió respecte a les estratègies més convenients per assolir l'objectiu professional. Per tant, després d'introduir la informació en la matriu s'han de creuar les dades i elaborar les **estratègies d'afrontament**.

<i>Matriu DAFO</i>	<b>Amenaces</b>	<b>Oportunitats</b>
<b>Punts Forts</b>	Estratègies defensives	Estratègies ofensives
<b>Punts Febles</b>	Estratègies de supervivència	Estratègies de reorientació

Aquestes estratègies s'han de basar en la consolidació de les nostres fortaleeses i la minimització de les nostres debilitats, aprofitant les oportunitats del mercat de treball i intentant reduir les amenaces.

Els 4 tipus d'estratègies d'afrontament que es poden plantejar varien en funció de quina sigui la predominança de les diferents variables:

<b>Predominança de Fortaleeses (pròpies) i Amenaces (de l'entorn)</b>	<p><b>Estratègies defensives:</b></p> <p>Estàs preparat per afrontar les amenaces i aconseguir el teu objectiu professional però necessites ajustar les teves estratègies de recerca de feina per tenir èxit. Possibles actuacions:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Revisa el missatge que estàs enviant a les empreses i ressaltar els teus trets diferenciadors.</li><li>- Revisa les teves eines de recerca de feina (CV i la carta de presentació) per a que encaixi millor amb el perfil del teu objectiu professional.</li><li>- Cerca ofertes a través de tots els canals de recerca de feina, sobretot els específics per al teu sector o àmbit professional.</li><li>- Treu profit de les xarxes de contactes.</li><li>- Cuida l'estat d'ànim i la teva actitud.</li><li>- Practica les fases d'un procés de selecció.</li></ul>
<b>Predominança de Fortaleeses (pròpies) i Oportunitats (de l'entorn)</b>	<p><b>Estratègies ofensives</b></p> <p>Estàs en bones condicions per aconseguir el teu objectiu i créixer professionalment. El teu perfil és demandat en un entorn on proliferen les oportunitats professionals. Possibles actuacions:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Cerca noves oportunitats de treball en àmbits i empreses que no coneguis.</li><li>- Combina diferents canals de recerca de feina.</li><li>- Practica les fases d'un procés de selecció.</li></ul>
<b>Predominança de Debilitats (pròpies) i Oportunitats (de l'entorn)</b>	<p><b>Estratègies de reorientació</b></p> <p>Tens oportunitats que pots aprofitar, però necessites la preparació adequada per assolir el teu objectiu professional. Possibles actuacions:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ampliar la formació complementària fent un curs específic.</li><li>- Canviar o millorar les teves estratègies de recerca de feina perquè les actuals no estan donant els resultats esperats.</li></ul>
<b>Predominança de Debilitats (pròpies) i Amenaces (de l'entorn)</b>	<p><b>Estratègies de supervivència</b></p> <p>T'enfrontes a moltes amenaces sense les fortaleeses necessàries per lluitar contra la competència. De moment necessites deixar de banda el teu objectiu professional per centrar-te en un objectiu assequible a curt termini. Possibles actuacions:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Cerca noves oportunitats de treball en àmbits i sectors que coneguis.</li><li>- Defineix un objectiu a curt-mig termini que et permeti preparar-te per millorar el teu perfil i assolir el teu objectiu en un futur.</li><li>- Enforteix el teu perfil fent formació o pràctiques en empreses.</li></ul>

Finalment, segons l'estil de l'estratègia i la nostra situació personal (necessitats de canvi de feina, disponibilitat de temps, necessitat econòmica, etc.) podrem dissenyar el nostre **pla d'acció**. En altres paraules, podrem identificar les d'actuacions concretes (accions de reorientació, formació, etc.) que requerim per aconseguir el nostre objectiu professional, i planificar-les en el temps.

- ✓ És important tenir en compte que no tots els objectius professionals són assequibles a curt termini. **De vegades és necessari temporalitzar els objectius a curt, mig i llarg termini per poder assolir-los.**
- ✓ Això també implica que **podem tenir un o més objectius professionals** dins de la gestió de la nostra carrera professional.

En definitiva, una vegada hem fet un bon anàlisi del nostre perfil i del mercat de treball podem conèixer la nostra **ocupabilitat** segons el nostre objectiu professional. Per tant, estem en condicions òptimes per a construir un **projecte professional** amb possibilitats d'èxit, donant-li forma amb el pla d'acció. (Per exemple: fer un postgrau amb pràctiques per agafar experiència mentre busco feina d'un nivell inferior al meu objectiu professional, que em permetrà poder fer el salt professional en un parell d'anys).

## Conclusions

- El balanç professional és el resultat de l'anàlisi de l'**autoconeixement** i la valoració del grau d'ajust del perfil professional al context en que es troba, és a dir, el mercat de treball.
- El coneixement del mercat de treball et permet conèixer el teu grau d'**ocupabilitat** i ajustar el teu perfil professional a un objectiu amb possibilitats d'èxit.
- Per analitzar el mercat de treball has de conèixer els tres nivells dels que es compon: entorn socioeconòmic general; sector econòmic o àmbit professional en que vols treballar; i la teva ocupació objectiu.
- Una eina per contrastar el teu perfil amb els requisits de la teva ocupació objectiu, tenint en compte els factors del mercat de treball, és l'**anàlisi DAFO**.
- L'objectiu d'aquest anàlisi és dissenyar el teu propi **projecte professional**, format per un pla d'acció, és a dir, actuacions concretes que et permetran apropar-te al teu objectiu professional, amb més o menys temps.

## Conceptes clau

**Anàlisi DAFO:** La matriu DAFO és una metodologia d'anàlisi exportada del món de la empresa i molt explotada a l'àmbit del màrqueting. Aplicada a l'àmbit de l'orientació, consisteix en posar en relació les debilitats i les fortaleces del teu perfil en relació a l'objectiu professional, amb les amenaces i oportunitats de l'entorn, amb l'objectiu de prendre una decisió respecte a l'estratègia convenient per assolir l'objectiu professional.

**Autoconeixement:** És el procés de reflexió que ens permet reunir informació útil sobre: com som, què ens agrada, quines coses sabem fer bé i quines ens costen més de fer, com ens relacionem amb els altres, com reaccionem davant de diferents situacions, etc. El resultat de l'autoconeixement per l'orientació professional és la resposta a preguntes com: Com sóc? Què sé? Què vull fer? Què sóc capaç de fer? Què estic disposat/da a fer?.

**Competències:** Són el conjunt de capacitats efectives per portar a terme exitosament una activitat laboral en concret. No és una probabilitat d'èxit en la execució d'una feina: és una capacitat real i demostrada.

**Ocupabilitat:** Probabilitat d'una persona de ser contractada en una ocupació determinada en un moment concret. Els factors que incideixen en l'ocupabilitat estan relacionats amb l'autoconeixement, les variables que incideixen en el mercat de treball i les estratègies i actituds que fan servir les persones per accedir al mercat de treball.

**Projecte professional:** És la definició de l'objectiu professional de futur i l'elaboració del seu pla d'acció, és a dir, els passos per assolir-lo. Les actuacions d'aquest projecte professional han d'estar ben delimitades i planificades en el temps.

## Bibliografia

**Enseñar a Explorar el mundo del trabajo: Diagnóstico de las destrezas exploratorias y propuestas de intervención.** Rodríguez Moreno, María Luisa. Ediciones Aljibe (1999)

**Revista Profesiones.** Unión Profesional Asociación (publicació periòdica)

## Webgrafia

**Observatori del treball.** Organisme públic.

Darreres dades disponibles dels indicadors de referència de l'activitat econòmica, ocupació, atur i formació a Catalunya, Espanya i Unió Europea, recollits per aquest organisme.

<http://www20.gencat.cat/portal/site/observatoritreball/menuitem.ee60a2ce1faea1b298740d63b0c0e1a0/?vgnnextoid=69e3ee36df38f110VgnVCM1000000b0c1e0aRCRD&vgnnextchannel=69e3ee36df38f110VgnVCM1000000b0c1e0aRCRD&vgnnextfmt=default>

**Cercador de convenis col·lectius.** Enllaç d'interès.

Eina amb la qual és possible consultar els convenis, acords i pactes assolits en procediments de negociació col·lectiva, publicats en el DOGC o el BOE, amb incidència a Catalunya, vigents o no. La consulta es pot fer per mitjà de la cerca especialitzada (cerca directa de conveni), pel nom de l'empresa, o per sector econòmic.

<http://www20.gencat.cat/portal/site/treball/menuitem.7c312755b8c91fe0a6740d63b0c0e1a0/?vgnnextoid=fe1f604d1b9af110VgnVCM1000000b0c1e0aRCRD&vgnnextchannel=fe1f604d1b9af110VgnVCM1000000b0c1e0aRCRD&vgnnextfmt=default>



**Fonts d'informació laboral.** Enllaç d'interès.

Des d'aquest enllaç tindràs accés directe a un munt de fonts d'informació que t'ajudaran a conèixer millor el mercat de treball i les seves oportunitats.

[http://www.cat365.net/Inici/FetsVitals/TrobarFeina/PerOnComenco/III2\\_Sl\\_MostrarInformacio.htm?ruta=%2FChannels%2FAutors%2FInici%2FFetsVitals%2FTrobarFeina%2FPerOnComenco%2FCAT1512FontsInformacioLaboral&l=1](http://www.cat365.net/Inici/FetsVitals/TrobarFeina/PerOnComenco/III2_Sl_MostrarInformacio.htm?ruta=%2FChannels%2FAutors%2FInici%2FFetsVitals%2FTrobarFeina%2FPerOnComenco%2FCAT1512FontsInformacioLaboral&l=1)

**Institut d'Estadística de Catalunya.** Organisme públic.

Indicadors i estadístiques sobre l'ocupació i l'economia a Catalunya.

<http://www.idescat.cat/>

**Coneix millor les feines.** Enllaç d'interès.

Fitxes ocupacionals del SOC. Funciona mitjançant un cercador per paraula clau.

[http://www.oficinatreball.net/socweb/opencms/socweb\\_ca/ciudadans/index.html](http://www.oficinatreball.net/socweb/opencms/socweb_ca/ciudadans/index.html)

**Tu salario.es.** Enllaç d'interès.

Mitjançant un comparador salarial permet conèixer quin és el salari mitjà per a una determinada ocupació. D'altre banda, funciona com a un portal d'informació salarial pel treballador, on es posa al seu abast informació sobre drets, darreres notícies sobre el tema, etc.

<http://www.tusalario.es>

**Factores de ocupabilidad.** Enllaç d'interès.

Descripció d'alguns factors psicosocials d'ocupabilitat que poden ajudar-nos en la elaboració del nostre anàlisi DAFO.

[http://prometeo.us.es/recursos/la\\_orientacion/pag4.htm](http://prometeo.us.es/recursos/la_orientacion/pag4.htm)

**Cuestionario de factores psicosociales de ocupabilidad.** Enllaç d'interès.

Qüestionari que permet identificar els factors psicosocials que intervenen en la nostra ocupabilitat.

<http://www.ich.es/Empleabilidad/FactPsicoOcupa/FactPsicoOcupa.php>

**Los cuatro pasos para ser Empleable. Herramientas para construir tu empleabilidad.** Article digital.

Aquest article t'ofereix ajuda per millorar les probabilitats de trobar feina. Coneix el teu entorn laboral, analitza la teva candidatura, així com quins són els teus competidors i què ofereixen, i finalment, converteix-te en el motor responsable de la teva ocupabilitat.

[http://ve2.bumeran.com/aplicantes/contenidos/zonas/a\\_articulos.ngmf?ZH=0&IDART=26170&IDZONA=4&IDSUBZONA=2](http://ve2.bumeran.com/aplicantes/contenidos/zonas/a_articulos.ngmf?ZH=0&IDART=26170&IDZONA=4&IDSUBZONA=2)

**Decálogo para la empleabilidad.** Article digital.

Breu article que aconsella fer una petita reflexió personal a l'hora de buscar feina, per evitar la tramesa indiscriminada de cv.

[http://www.miquelbonet.com/ficha\\_articulo.asp?ID=6](http://www.miquelbonet.com/ficha_articulo.asp?ID=6)

**Webgrafia de Capital Humà**

Et proposem unes rutes a seguir dins del web de Capital Humà que et serviran per ampliar informació sobre el teu autoconeixement:

[Mercat > Sectors econòmics > \(triar sector\)](#)

[Persona > Canals de recerca de feina](#)

[Persona > Definició del projecte Professional > Balanç professional > Balanç professional I: Autoconeixement](#)

[Persona > Canals de recerca de feina > Networking \(càpsula de coneixement\)](#)

Utilitza el **CERCADOR** per obtenir una selecció molt completa de recursos: llibres, articles i enllaços d'interès. És molt senzill: només cal que obris el menú CERCAR i escriguis una paraula clau.